

Ejercicio: Esbozando mi proyecto de vida

¿Para qué existo?

¿Cuál será el propósito de mi vida?

¿Cuáles son mis metas personales y escolares más importantes?

¿Cómo me veré a mí mismo dentro de 3, 7, 10 años?

¿Termino los proyectos que empiezo?

¿Ensayo mentalmente mis metas?

¿Sé a dónde voy en la vida?

¿Cómo visualizas (poder ver lo que todavía no es y realizarlo) tu misión en la vida?

La

escuela

que

yo

quiero



anexos 2017
VESPERTINO

El sentido de la libertad

SOY LIBRE para elegir mi destino, y cualquiera que este sea yo soy el único responsable de la calidad de vida que poseo.

SOY LIBRE para buscar permanentemente mi superación y soy responsable de mi estancamiento y mi mediocridad.

SOY LIBRE para dedicar mis talentos al trabajo que elija y responsable por la frustración a causa de lo que nunca quise hacer.

SOY LIBRE para producir los bienes materiales que deseo poseer y único responsable por la frustración de no tenerlos.

SOY LIBRE para elegir la pareja con la que deseo compartir mi vida y soy responsable de mi felicidad y realización.

SOY LIBRE para decidir traer a un ser humano al mundo pero soy responsable de su formación y desarrollo.

SOY LIBRE para compartir la amistad y soy responsable de la lealtad y sinceridad que le debo a mis amigos.

SOY LIBRE para disfrutar plenamente todos los bienes de la creación y el único responsable de mis insatisfacción y vaciedad.

SOY LIBRE de soñar y dejar volar mi imaginación y único responsable de la frustración de tener una vida vacía y sin estrellas que alcanzar.

SOY LIBRE para hacer crecer mi espíritu a su plena realización y responsable de la estrechez de su horizonte.

SOY LIBRE para elegir los ideales por que luchar y responsable de la calidad del mundo en que decidí vivir.

SOY LIBRE para construir mi proyecto de vida.

Si yo cambiara un poquito

Si yo cambiara mi manera de pensar hacia mis semejantes, seguramente me sentiría un poquito más tranquilo.

Si yo cambiara mi manera de actuar ante las otras personas, probablemente los haría un poquito más felices, y, hasta comprensivos.

Si yo aceptara a todas las personas, tal como son, posiblemente sufriría un poquito menos.

Si yo me aceptara tal como soy, corrigiendo un poquito todos mis defectos, seguramente mejoraría mi hogar, y hasta el medio ambiente.

Si yo comprendiera un poquito más todos mis errores, comenzaría a ser una persona un poco más humilde.

Si yo deseara el bienestar para las demás personas posiblemente yo me sentiría un poco más feliz.

Si yo encontrara lo positivo en todos mis semejantes, esta vida sería un poquito más digna de ser vivida.

Si yo amara un poco más a este mundo... lo cambiaría un poquito.

Si yo me diera cuenta de que al hacer daño, el primer lastimado sería yo, mi familia saldría un poquito menos adolorida.

Si yo criticara un poquito menos... podría amar un poquito más.

Si yo cambiara un poquito más, el mundo mejoraría un poquito más.

Por lo tanto no son los otros quienes deben cambiar soy yo quien debe comenzar a hacerlo.

Todo depende de ti

1. No te quejes de nada, si lo que te molesta tiene solución arrégalo si no, olvídalos.
2. Tú eres capaz de cambiar cualquier situación por adversa que sea.
3. Ten pensamientos positivos.
4. Busca buena compañía y aléjate de los pesimistas.
5. No les des vuelta a los pensamientos tristes, busca los alegres y los sanos.
6. Enfrenta tus problemas como retos a vencer.
7. Se entusiasta y optimista en todo lo que hagas.
8. Llena tu mente de buenas pensamientos.
9. Disfruta lo que tienes y se agradecido.
10. Siéntete vivo, observa lo que hay en tu alrededor y disfrútalo, está ahí para ti.
11. Dale a las cosas su justa importancia y no te preocupes por cosas vánales.
12. No critiques.
13. Perdona el rencor es una pérdida de tiempo y terrible para tu salud.
14. Se comprensivo con la gente.
15. No trates de cambiar a la gente, es más fácil aceptarla tal y como es.
16. Disfruta de todo lo que hagas y ponle interés.
17. Acepta los cambios son positivos.
18. No te aferres a nada ni a nadie todo lo que necesitas está dentro de ti.
19. Ayuda a los demás.
20. Quiérete, ámate y acepta como eres, agradece la oportunidad que tienes de ser tú mismo.
21. Se honrado y siéntete orgulloso de serlo.
22. Ponte metas y cúmplelas.
23. Ten muchos amigos.
24. Antes de empezar cualquier discusión pregúntate: ¿Vale la pena discutir por esto? La mayoría de las veces es suficiente para no perder tu tiempo inútilmente.

La vida es un proyecto

Un carpintero ya entrado en años estaba listo para retirarse. Le dijo a su jefe de sus planes de dejar el negocio de la construcción para llevar una vida más placentera con su esposa y disfrutar de su familia. Él iba a extrañar su cheque mensual, pero necesitaba retirarse.

Ellos superarían esta etapa de alguna manera. El Jefe sentía ver que su buen empleado dejaba la compañía y le pidió que si podría construir una sola casa más, como un favor personal. El carpintero accedió, pero se veía fácilmente que no estaba poniendo el corazón en su trabajo.

Utilizaba materiales de inferior calidad y el trabajo era deficiente. Era una desafortunada manera de terminar su carrera. Cuando el carpintero termino su trabajo y su Jefe fue a inspeccionar la casa, el Jefe le entrego al carpintero las llaves de la puerta principal. Esta es tu casa, dijo el jefe, es mi regalo para ti.

¡Qué tragedia! ¡Qué pena! Si solamente el carpintero hubiera sabido que estaba construyendo su propia casa, la hubiera hecho de manera totalmente diferente. ¡Ahora tendría que vivir en la casa que construyo no muy bien que digamos!

Así que está en nosotros. Construimos nuestras vidas de manera distraída, reaccionando cuando deberíamos actuar, dispuestos a poner en ello menos que lo mejor en los puntos importantes. No ponemos lo mejor de nosotros en nuestro trabajo. Entonces con pena vemos la situación que hemos creado y encontramos que estamos viviendo en la casa que hemos construido. Si lo hubiéramos sabido antes, la habríamos hecho diferente.

Piensen como si fueran el carpintero. Piensen en su casa. Cada día clavando un clavo, levantan una pared o edifican un techo. Construyan con sabiduría. Es la única vida que podrán construir. Inclusive si solo la viven por un día más, ese día merece ser vivido con gracia y dignidad. La placa en la pared de la casa dice: 'La vida es un proyecto de hágalo -usted-mismo'.

¿Quién podría decirlo más claramente? Su vida, ahora, es el resultado de sus actitudes y elecciones del pasado. Su vida mañana será el resultado de sus actitudes y elecciones hechas ¡HOY!

Ama a todos y a todo lo que te rodea. "Siempre hay un mañana y la vida nos da otra oportunidad para hacer las cosas bien, hoy es el momento de dejar atrás el conformismo, el futuro es hoy."

- | | | |
|----------------|--------------|-------------|
| Misericordioso | Cooperador | Alegre |
| Decidido | Seguro | Sencillo |
| Expresivo | Reflexivo | Optimista |
| Tolerante | Espontaneo | Constante |
| Atento | Cordial | Sensible |
| Solidario | Cálido | Comprensivo |
| Luchador | Respetuoso | Fuerte |
| Entusiasta | Generoso | Esforzado |
| Ordenado | Idealista | Creativo |
| Justo | Perseverante | Observador |
| Libre | Valiente | Profundo |
| Emprendedor | Leal | Cariñoso |
| Responsable | Amistoso | Servicial |
| Honesto | Bondadoso | Capaz |
| Inteligente | Agradable | Limpio |
| Trabajador | Noble | Cortés |
| Curioso | Receptivo | Agradecido |

Valores y actitudes que poseo	Valores y actitudes que me gustaría poseer

HIMNO A LAS ESCUELAS SECUNDARIAS TÉCNICAS



Autora: Carmelita Molina y Rivero

Escuelas Secundarias Técnicas
 Juventud entusiasta y febril
 el deporte, el estudio y el trabajo
 son las metas que hemos de seguir
 Escuelas Secundarias Técnicas
 Semilleros de porvenir
 en tus aulas forjas los técnicos
 que engrandecen a nuestro país



El deporte en nuestra vida es salud y bienestar
 en competencias la alegría es paz, amor y hermandad
 Marchemos Secundarias Técnicas
 estudiando con dedicación en el trabajo está el progreso y en el deporte la salud
 coro hablado
 ¡Escuelas Secundarias Técnicas!
 ¡Por la Superación de México...México...México...!